

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

do usługi przygotowania posiłków (śniadań i obiadów) i dowozu dla podopiecznych
Dziennego Domu Pomocy Społecznej „Bezpieczna Przystań” w Słupsku
przy ul. Jaracza 9.
na 10 dni roboczych (dwa tygodnie kalendarzowe)

TYDZIEŃ PIERWSZY

DNI TYGODNIA	ŚNIADANIE 8 ³⁰	OBIAD 13 ⁰⁰
PONIEDZIAŁEK	Chleb 137 g Masło 20 g Jajko w sosie tatarskim 100 g Pomidor 100 g Herbata z cytryną 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 500 ml Udziec z kurczaka 350 g Ziemniaki 200 g Marchewka z jabłkiem 100 g Napój owocowy 200 ml
WTOREK	Ryż błysk. na mleku 500 ml Chleb 137 g Ser żółty 20 g Masło 20 g Jabłko 1 szt. Herbata z cytryną 400 ml	Barszcz ukraiński 500 ml Naleśniki z twarogiem 250 g Sos śmietan.-jogurtowy 100 g Kompot malinowy 200 ml
ŚRODA	Chleb 137 g Masło 20 g Kiełbasa krakowska 100 g Ogórek zielony 50 g Herbata z cytryną 400 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej 500 ml Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 130g/90g Ziemniaki 200 g Surówka z buraków 100 g Kompot z jabłek 200 ml
CZWARTEK	Płatki owsiane na mleku 500 ml Chleb 137 g Masło 20 g Paszтетowa 70 g Jabłko 1 szt. Herbata z cytryną 400 ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty 500 g Gulasz wieprzowy 180 g Kasza gryczana 200 g Sałatka z ogórka kiszzonego z cebulą 100 g Napój wieloowocowy 200 ml
PIĄTEK	Chleb 137g Masło 20g Sałatka jarzynowa 130g Owoc - banan 1 szt. Herbata z cytryną 400ml	Zupa grochowa 500 ml Śledź w śmietanie z cebulą 100g/80g Ziemniaki 200 g Napój z mięty 200 ml

TYDZIEŃ DRUGI

DNI TYGODNIA	ŚNIADANIE 8 ³⁰	OBIAD 13 ⁰⁰
PONIEDZIAŁEK	Chleb 137 g	Rosół 500 ml
	Masło 20 g	Kotlet z piersi kurczaka 180 g
	Parówka na ciepło, ketchup 100g/30g	Ziemniaki 200 g
	Pomidor 100 g	Marchewka z jabłkiem 100 g
	Herbata z cytryną 200 ml	Napój pomarańczowy 200 ml
WTOREK	Kasza manna na mleku 500 ml	Zupa jarzynowa 500 ml
	Chleb 137 g	Placki ziemniaczane 300 g
	Masło 20 g	Jogurt naturalny 150 g
	Wędlina drobiowa 70 g	Herbata z mięty 200 ml
	Jabłko 1 szt.	
	Herbata z cytryną 400 ml	
ŚRODA	Chleb 137g	Barszcz czerwony 500 ml
	Masło 20 g	Kotlet mielony 100 g
	Kiełbasa krakowska 100 g	Ziemniaki 200 g
	Pomidor 50 g	Kapusta zasmażana 150 g
	Herbata z cytryną 400 ml	Kompot z jabłek 200 ml
CZWARTEK	Zacierka na mleku 500 g	Biały barszcz 500 ml
	Chleb 137 g	Kiełbasa biała z cebulką 100g/30g
	Masło 20 g	Ziemniaki 200g
	Serek topiony 50 g	Ćwikła z chrzanem 100 g
	Jabłko 1 szt.	Napój porzeczkowy 200 ml
	Herbata z cytryną 400 ml	
PIĄTEK	Chleb 137 g	Zupa fasolowa 500 g
	Masło 20 g	Jajko w sosie musztardowym 1,5szt./90g
	Twarożek ze śmietaną i szczypiorkiem 170 g	Ziemniaki 200 g
	Pomidor 50 g	Marchew po kaszubsku 100 g
	Herbata z cytryną 400 ml	Napój z mięty 200 ml

PRZYKŁADOWY JADŁOSPIS

do usługi przygotowania posiłków (obiadów) i ich dowozu, dla wychowanków Placówek Socjalizacyjnych

„Mój Dom – Moja Przyszłość” w Słupsku przy

- ul. Lutostawskiego 21/2,
- Mickiewicza 38/7,
- Tuwima 21A/7

na 14 dni roboczych (dwa tygodnie kalendarzowe)

TYDZIEŃ PIERWSZY

DNI TYGODNIA	OBIAD 13 ⁰⁰
PONIEDZIAŁEK	Zupa krupnik 200 g Filet drobiowy panierowany 500 g Ziemniaki 200 g Surówka z buraczków 100 g Napój owocowy 200 g
WTOREK	Zupa pieczarkowa 500 g Spaghetti 300 g Herbata owocowa 200 g
ŚRODA	Zupa pomidorowa z makaronem 500 g Naleśniki z twarogiem 250 g Śmietana 200 g Kompot z jabłek 200 g
CZWARTEK	Zupa brokułowa 500g Zapiekanka makaronowa z mięsem 350 g Surówka z czerwonej kapusty 100 g Napój owocowy 200 g
PIĄTEK	Zupa ogórkowa 500 g Pierogi ruskie z cebulką 300 g Surówka z kiszonej kapusty 100 g Herbatka owocowa 200 g
SOBOTA	Zupa żurek 500 g Kotlet pożarski 100 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 100 g Herbatka z miętą 200 g
NIEDZIELA	Zupa rosół z makaronem 500 g Kotlet mielony 100 g Ziemniaki 200 g Mizeria z ogórków 100 g Kompot wieloowocowy 200 g

TYDZIEŃ DRUGI

DNI TYGODNIA	OBIAD 13⁰⁰	
PONIEDZIAŁEK	Zupa kapuśniak	500 g
	Placek po węgiersku	350 g
	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą	100 g
	Napój owocowy	200 g
WTOREK	Zupa barszcz ukraiński	500 g
	Leczo węgierskie	200 g
	Ziemniaki	300 g
	Kompot z truskawek	200 g
ŚRODA	Zupa serowa z makaronem	500 g
	Kotlety jajeczne	100 g
	Kasza	200 g
	Surówka ogórek kiszony z cebulą	100 g
	Herbata miętowa	200 g
CZWARTEK	Zupa szczawiowa z jajkiem	500 g
	Gołąbki w sosie pomidorowym	250 g
	Ziemniaki	200 g
	Herbatka z miętą	200 g
PIĄTEK	Zupa koperkowa	500 g
	Ryba dorsz smażona	180 g
	Ziemniaki	200 g
	Surówka z białej kapusty	100 g
	Sok jabłkowy	200 g
SOBOTA	Zupa ziemniaczana	500 g
	Bitki w sosie	200 g
	Kasza	200 g
	Herbatka z miętą	200 g
NIEDZIELA	Zupa ryżowa	500 g
	Kotlet schabowy	100 g
	Ziemniaki	200 g
	Kalafior z bułką tartą	100 g
	Kompot wieloowocowy	200 g